

BAB I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang berhubungan timbal balik dengan manusia lain. Menjalani sebuah kehidupan tentunya tidak mampu hidup sendiri, dalam menjalani kehidupannya akan senantiasa bersama dan bergantung pada manusia lainnya. Manusia dalam perjalanan hidup tidak terlepas dari interaksi dengan lingkungan yang mengharuskan untuk bersosialisasi. Tentunya, dalam bersosialisasi memiliki perbedaan satu dengan yang lainnya, sehingga dapat menimbulkan suatu permasalahan-permasalahan yang muncul dalam dirinya maupun lingkungan. Setiap makhluk hidup terutama manusia pasti memiliki permasalahan dengan ukuran yang berbeda-beda, permasalahan dapat timbul pada semua kalangan seperti anak-anak, remaja dan orang dewasa. Saat ini yang sangat dikhawatirkan permasalahan pada kalangan remaja, pada usia ini merupakan perilaku bersiko yang bisa jadi mengarah ke tindakan kriminal.

Masa remaja merupakan masa periode transisi perkembangan masa kanak-kanak beralih menjadi masa dewasa yang mengalami perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2007). Seiring dengan perkembangannya, kehidupan remaja diwarnai dengan berbagai situasi dan kondisi yang membuat mereka dapat dengan bebas mengeksplorasi dirinya dalam menentukan identitas dan eksistensi dirinya (Santrock, 2002). Menurut Hurlock (1990, seperti dikutip dalam Herlina, 2013), rentang usia remaja dibedakan menjadi dua bagian, yaitu; masa remaja awal dari rentang usia 11/12-16/17 tahun, dan masa remaja akhir dari rentang 16/17/18 tahun. Sarwono (2011) mengatakan pada masa ini merupakan masa penuh emosi yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai dalam kehidupan remaja.

Lingkungan terdekat bagi remaja sebagai pengalaman untuk menentukan tindakan apa yang harus dilakukan untuk saat ini dan yang akan datang. Situasi pada remaja modern seperti sekarang ini sebagian besar menghabiskan waktunya bersama dengan teman sebaya. Remaja membutuhkan sebuah pengakuan yang ingin diakui dan juga diterima di sebuah komunitas atau kelompok, namun sikap ini tidak diiringi dengan kemampuan para remaja yang belum mampu mengontrol baik perilaku maupun emosi mereka sendiri (Fitri & Adelya , 2017).

Hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis, fenomena yang terjadi pada saat ini remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk melakukan hal-hal negatif yang menjurus pada penyimpangan tingkah laku dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Hubungan teman sebaya menjadi faktor penting dalam menentukan eksistensi dirinya untuk membentuk karakter agresif, asertif ataupun pasif (Butar, 2017). Upaya dalam meminimalisir tingkah laku negatif pada remaja dengan berperilaku asertif.

Perilaku asertif membuat seseorang mampu mengatakan tidak dengan sopan dan tegas, serta berani menyampaikan pendapat yang sesuai dengan apa yang ingin disampaikan, berbicara dengan tegas tanpa ada rasa takut, serta berani menolak. Maka dari itu kemampuan asertivitas penting dimiliki remaja dalam mengontrol dirinya (Hartley, 2001). Menurut Alberti dan Emmons (2002) mengungkapkan asertivitas sebagai pernyataan diri positif yang menunjukkan sikap menghargai orang lain, memungkinkan seseorang untuk dapat berperilaku sesuai dengan apa yang mereka inginkan tanpa menyakiti perasaan orang lain, juga dapat mempertahankan diri tanpa merasa cemas dan takut, sehingga mampu mengekspresikan perasaan dengan jujur, nyaman dan mampu menggunakan hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain.

Observasi dilakukan pada tanggal 3-10 januari 2019 di sekolah tersebut dikarenakan ada beberapa isu dari masyarakat tentang remaja bersekolah di SMA tersebut, sehingga peneliti

mengobservasi terlebih dahulu dan menanyakan kepada guru bimbingan konseling disana memang ada beberapa informasi tepat dan juga tidak tepat. Salah satunya yaitu adanya peningkatan perilaku remaja kearah negatif tetapi tidak semuanya. Beberapa ciri yang sudah diobservasi mendekati pada tinggi rendahnya perilaku asertivitas sehingga peneliti melakukan data awal.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 30 remaja pada tanggal 11-15 Februari 2019 di SMA swasta X Kabupaten Bandung dengan melakukan wawancara dan observasi didapatkan hasil 73% atau 22 responden dapat dikategorikan remaja belum mampu mengungkapkan kebutuhan dalam dirinya seperti memilih diam tanpa mengutarakan perasaan dan pikirannya terhadap orang lain, mengekspresikan kecemasan secara berlebih, kurang percaya diri dan cenderung memenuhi tuntutan lingkungan dengan menekan kebutuhan dirinya maka akan menimbulkan ketegangan dan perasaan yang tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Kemudian didapatkan hasil 27% atau 8 responden dapat dikategorikan remaja tersebut mampu mengungkapkan kebutuhan dalam dirinya, seperti mampu menolak ajakan teman yang kurang baik, tingginya toleransi sesama teman sebaya, dan berkurangnya kecemasan dalam pergaulan dan merasakan lebih percaya diri sehingga berani mengungkapkan sesuatu.

Studi pendahuluan di atas diindikasikan bahwa remaja mengalami kesulitan dalam berperilaku asertif atau asertivitas. Mereka takut jika dirinya tidak disukai atau diterima. Selain itu kelangsungan hubungan menjadi alasan karena salah satu pihak tidak ingin membuat pihak orang lain sakit hati, padahal dengan membiarkan dirinya untuk berperilaku non asertif. Faradita (2018) mengungkapkan bahwa bersikap non asertif justru akan mengancam hubungan yang ada

karena salah satu pihak akan merasa dimanfaatkan oleh pihak lain. Bagi remaja tentunya tidak semudah itu melakukan perilaku asertif yang juga dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Menurut Alberti dan Emmons (2002), menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku asertif seperti harga diri, jenis kelamin, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, dan pola asuh orangtua. Asertivitas akan menjadikan remaja memiliki daya tahan menghadapi pengaruh teman sebaya yang sangat menekan di sekitarnya. Mereka akan tumbuh menjadi pribadi yang kuat dan dapat mempertanggungjawabkan tindakan yang mereka lakukan. Bertujuan untuk menjadikan remaja memiliki pribadi yang kuat dan bertanggungjawab, tentunya orang tua memiliki peran yang paling menentukan. Hal ini disebabkan orangtua merupakan pendidik utama untuk membentuk kepribadian dan menanamkan nilai-nilai yang dibutuhkan anak dalam menjalani kehidupannya di masa depan yang disebut dengan pola asuh orangtua. Pola asuh orangtua mendorong anak dalam membentuk kepercayaan diri untuk menyatakan pendapat secara terbuka (Khalisah & Lubis, 2017). Berdasarkan uraian diatas peneliti memilih salah satu faktor yang berkaitan dengan perilaku asertif yaitu pola asuh orangtua, dimana merupakan tempat sosialisasi pertama yang ditemui individu, dalam sebuah keluarga mengajarkan anak untuk dapat berhubungan interpersonal dengan orang lain melalui komunikasi yang efektif (Alberti & Emmons, 2002).

Dampak pola asuh orangtua akan membuat anak menentukan sikap kelekatan pada anak seperti *secure attachment*, *faerfull-avoidant attachment*, *Pre-occupied attachment*, dan *dismissing attachment*. Penelitian oleh Marcheleya (2016) mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orangtua dengan *attachment*. Salah satunya dampak pola asuh orangtua yang demokratis terhadap anak yaitu *secure attachment*, dimana *attachment* ini mampu mengontrol diri yang baik, mandiri, kedewasaan secara sosial dan memiliki pandangan yang

positif pada dirinya maupun orang lain.

Kemampuan berperilaku asertif pada seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalaman pada masa kecilnya. Menurut Harris (2002 dikutip dalam yessy, 2003), pengalaman masa kecil berupa interaksi antara orangtua dengan anak yang membentuk suatu pola respon yang menjadi dasar seseorang dalam menghadapi berbagai masalah setelah ia menjadi dewasa. Mc Cartney dan Dearing (2002) mengatakan bahwa kualitas respon orangtua dalam memenuhi kebutuhan anak, akan membentuk suatu ikatan emosional antara anak dan orangtua yang disebut sebagai *attachment*.

Salah satu bentuk *attachment* yang dimulai dari kehidupan individu yaitu *secure attachment* yang merupakan kelekatan rasa aman (*security*) dari orangtua pada anak (Marrison, 2002). Perasaan aman dihasilkan dari *attachment* yang positif seperti *secure attachment* yang memiliki hubungan erat dengan kemampuan untuk mengembangkan kreatifitas dan eksplorasi dalam menguasai lingkungan (Human, 2016). Tingkah laku asertif atau asertivitas dapat diindikasikan dengan *secure attachment*.

Brennan dan Shaver (1995) mendefinisikan *secure attachment* merupakan pola yang terbentuk dari interaksi orangtua dengan anak. Sehingga anak merasa percaya pada orangtua sebagai figur yang selalu siap mendampingi yang bersifat sensitif, responsif, penuh cinta dan kasih sayang ketika anak membutuhkan perlindungan dan kenyamanan, serta selalu membantu dalam menghadapi situasi yang mengancam. Tercapainya kelekatan emosional yang aman antara ibu dan anak akan menjadikan anak merasa diterima dilingkungannya (Purnama & Wahyuni, 2017).

Penelitian sebelumnya oleh Oktaviana (2010) menunjukkan bahwa adanya hubungan *secure attachment* terhadap perilaku asertif atau asertivitas. Semakin tinggi *secure attachment* maka

semakin tinggi perilaku asertif dan sebaliknya. Hal ini dapat terjadi karena adanya perasaan takut tidak diterima oleh lingkungan yang membuat individu tidak mampu mengungkapkan apa yang dipikirkan dan dirasakan. Namun berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa dari 72% atau 22 responden tidak semua disebabkan karena *secure attachment* yang rendah, tetapi ada beberapa responden yang sudah memiliki *secure attachment* tinggi namun memiliki asertivitas yang dikatakan rendah. Penelitian di atas oleh Oktaviana (2010), bahwa masih ada sesuatu yang harus diungkapkan dalam individu seperti proses emosi sehingga individu belum sepenuhnya maksimalkan perilaku asertif yang berhubungan dengan *secure attachment*. *Secure attachment* dan perilaku asertif melibatkan proses emosi yang dirasakan individu.

Silaen & Dewi pada tahun (2015) meneliti mengenai Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Asertivitas menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keduanya. Penelitian ini menyatakan bahwa semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi asertivitas yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah asertivitas yang dimiliki. Regulasi emosi memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap asertivitas karena membuat remaja mampu mengelola emosi yang mereka rasakan, membantu mengontrol dirinya sehingga ketika menghadapi masalah tidak dipengaruhi oleh emosi negatif maka muncul perilaku yang konstruktif, bukan destruktif.

Penelitian terbaru oleh Desiningrum dan Larasati (2017) mengenai hubungan antara kelekatan aman dengan regulasi emosi siswa menyimpulkan *secure attachment* berhubungan dengan regulasi emosi, bahwa anak yang memiliki kelekatan yang baik dengan ibunya cenderung memiliki kesadaran dalam emosi yang muncul pada dirinya, mampu menerima pemahaman emosi yang lebih besar dan mengembangkan kapasitas untuk mengatur emosi yang tepat pada

lingkungannya. Mengenai penjelasan diatas bahwa *secure attachment* pada individu melibatkan emosional yang dapat mengatur tingkah laku individu terhadap lingkungannya. Sehingga , faktor lain yang dapat diindikasikan pada *secure attachment* dan asertivitas yaitu regulasi emosi pada individu terhadap lingkungannya.

Menurut Gross (2007) mengungkapkan bahwa dalam menghadapi suatu kondisi dan situasi, dalam mengelola perilaku yang akan dilakukan pada lingkungan tentunya melibatkan emosi. Emosi yang ada pada diri seseorang dapat diketahui dari ekspresi yang dimunculkan, ekspresi emosi dapat dilihat secara tiba tiba dan sulit untuk dikendalikan. Setiap individu memiliki kemampuan untuk mengatur emosi dalam dirinya yang dinamakan dengan regulasi emosi. Regulasi emosi dapat diartikan sebagai strategi yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar untuk mengelola, mengurangi atau menambahkan suatu respon yaitu pengalaman emosi dan perilaku dan dapat digunakan untuk menghadapi sesuatu kondisi yang menekan (Gross, 2014). Regulasi emosi juga dapat membantu mengendalikan emosi negatif, dimana Kemampuan meregulasi emosi menyebabkan individu memiliki keyakinan pada diri sendiri dan kemampuan diri atau dengan kata lain kemampuan untuk bergantung pada diri sendiri dan menyadari kekuatan serta keterbatasan diri (Yusuf & Kristiana, 2017).

Regulasi Emosi dapat dijadikan suatu strategi yang dapat menjembatani *Secure attachment* dan perilaku asertif atau asertivitas seseorang. Dari apa yang dituliskan diatas, peneliti berpendapat bahwa ada keterikatan mengenai *Secure Attachment*, Regulasi Emosi dan Asertivitas yang dimiliki remaja. Penelitian ini dilakukan, terlebih karena banyaknya remaja yang memiliki asertivitas rendah, dan masih banyak ketidaktahuan remaja dalam mengaplikasikan perilaku asertivitas pada kehidupan sehari-hari. Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan pada latar belakang masalah sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengangkat

fenomena ini menjadi sebuah penelitian dengan judul “*Pengaruh Secure Attachment terhadap Asertivitas pada remaja dengan Regulasi Emosi sebagai Variabel Mediator*”

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah disampaikan oleh peneliti sebelumnya, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah :

1. Apakah terdapat pengaruh *Secure Attachment* terhadap Asertivitas pada Remaja di SMA X Kabupaten Bandung
2. Apakah Regulasi emosi dapat menjadi variabel mediator dalam mempengaruhi *secure attachmnet* terhadap asertivitas pada remaja.

Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah dipaparkan pada latar belakang masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh *Secure Attachment* terhadap Asertivitas
2. Untuk mengetahui pengaruh *Secure Attachment* terhadap Asertivitas pada Remaja dengan Regulasi Emosi sebagai Variabel Mediator

Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki beberapa kegunaan sebagai berikut:

Kegunaan Teoritis, secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan keilmuan Psikologi Sosial dan Psikologi Perkembangan, terutama

memberikan informasi dan pembuktian empiris mengenai pengaruh *Secure Attachment* terhadap Asertivitas pada remaja dengan Regulasi Emosi sebagai Variabel Mediator.

Kegunaan Praktis, secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan manfaat bagi pemahaman yang menyeluruh bagi masyarakat pada umumnya, Khususnya;

a) Bagi Remaja (Siswa)

Memberikan informasi khususnya dalam menanamkan *secure attachment* pada lingkungan dengan menyeimbangkan Regulasi Emosi yang diprediksikan mampu mengendalikan emosi individu dengan baik dan tepat juga menggerakkan emosi maupun perilaku kearah yang lebih positif seperti perilaku Asertivitas. Asertivitas ini mampu memudahkan remaja untuk bersosialisasi dalam lingkungannya, menghindari konflik karena bersikap jujur, dan dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi secara efektif.

b) Bagi Sekolah

Memberikan Informasi mengenai pentingnya memiliki perilaku Asertif atau Asertivitas untuk siswa di sekolah yang mampu meminimalisir perilaku yang berdampak negatif pada siswa, dengan mengadakan parenting khususnya di sekolah untuk para orangtua maupun untuk remaja.

c) Bagi Orangtua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya kelekatan aman (*Secure Attachmet*) antara orangtua dan anak dalam berinteraksi dengan dunia luar, sehingga pada masa remaja diprediksikan anak mampu memiliki hubungan sosial yang sehat seperti kemampuan untuk bergaul, mempercayakan diri kepada orang lain, dan tidak mendominasi.

d) Bagi peneliti

Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah referensi yang sudah ada serta menjadi bahan evaluasi bagi peneliti selanjutnya terkait dengan *Secure Attachment* terhadap Asertivitas pada remaja dengan Regulasi emosi.

e) Fakultas Psikologi

Memberi masukan sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian lebih lanjut.

